

# Monkeypox (MPV)

معلومات الصحة العامة للمثليين وثنائيي الجنس وغيرهم من الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال.

قد تسبب عدوى فيروس جدري القروء (MPV) مرضًا يمكن أن يتسبب في الطفح الجلدي وأعراضٍ أخرى. تعلم كيف يمكنك حماية نفسك والأشخاص من حولك من الإصابة بفيروس MPV.

**ينتشر MPV من خلال مخالطة الشخص الذي تظهر عليه الأعراض مخالطةً مباشرة.**

ينتشر MPV عن طريق التلامس المباشر بجلد الشخص المصاب أو سوائل الجسم. لا يُعد (MPV) من الأمراض التي تنتقل عن طريق الاتصال الجنسي، ولكنه ينتقل غالبًا من خلال التلامس الوثيق مع الجلد، والذي يمكن أن يشمل الاتصال الجنسي. يمكن أن يشمل الاتصال الجنسي ممارسة الجنس عن الفموي والشرجي والمهبلي، وكذلك لمس الأعضاء التناسلية (القضيب والخصيتين والمهبل والفرج) أو فتحة الشرج.



**لاحظ إذا ظهرت عليك أعراض.**

يصبح الأشخاص ناقلون للعدوى عندما يكون لديهم طفح جلدي أو أعراض أخرى، ولكن قد يكون لديهم تقرحات في الحلق أو الشرج أو المهبل ولا يعرفون ذلك. انتبه للأعراض، بما في ذلك الطفح الجلدي والحمى والصداع. اتصل بمقدم الرعاية الصحية خاصتك إذا لاحظت ظهور أي من هذه الأعراض.



**امنع انتشار العدوى.**

إذا ظهرت عليك أعراض MPV، توقف عن ممارسة الجنس، واتصل بمقدم الرعاية الصحية خاصتك في أقرب وقت ممكن. إذا كنت تسكن مع أشخاص آخرين، اعزل نفسك حتى يمكنك التحدث إلى مقدم الرعاية الصحية خاصتك من أجل الحصول على المزيد من التعليمات.



**من الجيد أن تحصل على قسط من الراحة.**

إذا شعرت بالقلق من MPV من الجيد أن تتوقف عن النشاط الجنسي لبعض الوقت. إذا كنت قلقًا بشأن صحتك، احجز ميعاد مع مقدم الرعاية الصحية خاصتك.



## كيف تقلل من خطر الإصابة بالعدوى في أثناء ممارسة الجنس:

استخدم الواقيات الذكرية لتقليل خطر التعرض للإصابة. ربما تساعد الواقيات الذكرية في التقليل من تعرضك لخطر الإصابة بجذري القروء، ولكن من المحتمل ألا تكون كافية لمنع الإصابة به. فأنت لا تزال معرض للخطر إذا كنت في حالة تلامس للجلد أو تتشارك الفراش أو المناشف.

وصم الأشخاص بسبب المرض مؤذي، حيث يمكن لأي شخص الإصابة MPV بغض النظر عن توجهاتهم الجنسية أو هوياتهم الجنسانية أو العمر.

ابقِ على اتصال. إذا كنت تشارك في علاقات جنسية عابرة، شارك معلومات الاتصال بك مع شريكك الجديد من أجل متابعة كل منكما للآخر في حالة ظهور أعراض عليكما أو شخصتكما (MPV).

إذا تلقيت إشعارًا من أحد الأشخاص ممن أقمت معهم علاقة جنسية مؤخرًا بشأن MPV ، فلتأخذ الأمر على محمل اللاب. اتصل بمقدم الرعاية الصحية خاصتك في أقرب وقت ممكن. إذا تعرضت للعدوى ولم تظهر عليك أعراض المرض بعد، فتحدث إلى مقدم الرعاية الصحية لديك بشأن اللقاح. إذا شخصت MPV ، فأخبر شركائك في الجنس للتأكد من حصولهم على الرعاية.

اسأل شركائك في الجنس عن ظهور أعراض للمرض. اكتشف ما إذا كان شريكك عانى من ظهور طفح جلدي في آخر ثلاثة أسابيع. أمثلة عن الأسئلة التي يمكنك طرحها:

"أرغب بممارسة الجنس، لكنني أريد أن أتأكد من أن كلانا بصحة جيدة منذ انتشار MPV . هل عانيت مؤخرًا من أي طفح جلدي أو تقرحات؟"

"أرغب في التأكد من أن كلانا لدينا التفكير نفسه فيما يتعلق بجذري القروء. لم أعاني من أي حالات طفح جلدي أو تقرحات مؤخرًا ولم أشعر بأي إعياء. ماذا عنك؟"

فكر في ممارسة الجنس بينما ترتدي كامل ملابسك. قلل من التلامس المباشر للجلد بقدر الإمكان. توفر الملابس والجلد والمطاط حاجزًا للامسة الجلد. تأكد من تنظيف الملابس والأدوات المستخدمة بين الشركاء وبعد الاستخدام.

ثمة طرق كثيرة للاهتمام بنفسك: يمكنك أن تقرر أن تتوقف عن ممارسة النشاط الجنسي لبعض الوقت. إذا كنت لا تزال ترغب في أن تكون نشطًا جنسيًا، فيمكنك ممارسة الجنس الافتراضي دون اتصال شخصي أو ممارسة الجنس عبر الهاتف أو الاستمناء معًا عن بُعد دون لمس.

لمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة الموقع [doh.wa.gov/Monkeypox](http://doh.wa.gov/Monkeypox) أو اتصل على 1-833-829-HELP